JAおちいまばり

稲刈りをした上朝小学校のみなさん

JA おちいまばり

あったか〜い、心のおつきあい。

特集 JAの新医療共済

手厚い保障で“もしも”に備える

10
2010 OCTOBER
Vol.163

Vol.90 レタス界の個性派!? カロテンはレタスの10倍!

シリーズ 食すサニーレタス

ちょっと葉物の野菜が欲しいときに重宝するレタス。いろいろな種類が出ていますが、大きく分けると、一般的なレタスやサラダ菜のように葉が巻いて球状になるものと、サニーレタスなどのリーフレタスや、焼き肉屋さんでおなじみのサンチュのように葉が巻かない品種の2つに分類されます。それぞれ食感や見た目に違いがあるので、料理に合わせて使い分けが楽しめます。

なかでもサニーレタスは、葉先がきれいな赤紫色で個性的。全体にひらひらとした縮れがあり、口当たりがやわらかいのが特徴です。肉料理などに添えるだけで、皿全体が華やかになり、料理がぐんと映えます。1枚のサイズが大きく、破れにくいので、のりの代わりに手巻きずし風にご飯を包んだり、焼き肉を包むのにもぴったりです。また、さっと熱を加えるのもおすすめ。例えば、食べる直前に熱々のドレッシングを掛けると、しんなりした食感に早変わり。ひと手間で、いつもとは違った味わいが楽しめるだけでなく、カサが減るので量もたっぷり食べられます。

さらに、サニーレタスをはじめとするリーフレタスは、普通のレタスに比べ、ビタミン、食物繊維、カリウムなどの栄養価が高く、特にカロテンはなんと10倍以上も多く含まれています。カロテンは油脂と一緒に取ると吸収が良くなることから、揚げ物のつけ合わせや、ドレッシングを掛けて食べるのが栄養面からもおすすめです。

サラダで食べるときは、冷水に放して少し置くと、食感が良くなります。ただし、ビタミンCが水に流出しやすいので、漬け過ぎにはご注意を。

保存はラップに包むか、ポリ袋に入れ、芯を下にして冷蔵庫へ。切り口が赤っぽくなるのはポリフェノールの酸化によるものです。傷んでいるわけではありませんが、できるだけ早く使い切りましょう。

さいさいきいてやぁ! 〜プチッとうち話〜

今月のテーマ 〜サニーレタス〜

【今月の農家さん】
富田地区 **本宮 和弘**さん

今年の夏は例年に比べて気温が高い日が続いとったやろ。強い日差しを受けて、サニーレタスの葉が黒く焼けてしまいよったんよ。

作物を守るために水もこまめにやったし、日差しを和らげるために日除けネットを張ったり工夫もした。それでも、出荷量は昨年と比べて減ってしまったね。秋作も暑い時に種を播かないかんかったんよ。

努力して作ったサニーレタスやけん少しでも多くの人に食べてもらいたいと思う。量はあまり出んかもしれんけど、見かけたら是非食べてみてよ！

さいさいきて屋（今治市中寺279-1） **TEL0898-33-3131**

Recipe

鯛とサニーレタスのジャっとサラダ

（1人分139kcal）

提供:ベターホームの料理教室　撮影:大井一範

■材料（4人分）

鯛（刺し身用・さく）……100g
しょうゆ……小さじ1/4
サニーレタス……1/4株
根ミツバ……200g
松の実……大さじ1
A しょうゆ……大さじ1/2
紹興酒（または酒）…大さじ1/2
塩……小さじ1/8
こしょう……少々
ごま油……大さじ2

■作り方（調理時間 約10分）

①サニーレタスは縦半分に切り、1cm幅に切ります。ミツバは根を切り落とし、4cm長さに切ります。一緒に水に放してパリッとさせ、しっかり水気を切ります。
②鯛は薄いそぎ切りにします。しょうゆ小さじ1/4を掛け、下味をつけます。
③大きめのボウルにAを合わせます。①を加え、よく混ぜます。
④器に②と③を盛り、松の実を散らします。小鍋でごま油を熱し、ジャっと上から回し掛けます。全体を混ぜて食べます。

JAおちいまばり
2010. 10月号 No.163

■発行/越智今治農業協同組合　■発行日/平成22年10月1日
■住所/〒794-0028　愛媛県今治市北宝来町1丁目1-5
■編集/広報編集委員会、総合企画部企画管理課
TEL 0898-34-1862　FAX 0898-34-0200
■ホームページ/http://www.islands.ne.jp/ochiima/
■Eメール/oikikaku@dokidoki.ne.jp　■印刷/第一印刷株式会社

PRINTED WITH SOY INK
環境に配慮した「大豆油インキ」を使用しています。

手厚い保障で“もしも”に備える

JAの新医療共済!!

治療費に通院交通費、入院時の食事代など。実際は思った以上に費用がかかる医療費。
こうした負担を軽減する、新しいJAの医療共済をご案内します！

女性に多い疾病と先進医療にかかる技術料

- 肺がん、すい臓がん、子宮がんなど **314.0万円**※ 固形がんに対する粒子線治療
- がん性の胸水、腹水、進行がん **32.0万円**※ 活性化自己リンパ球移入療法
- 腎臓がん **14.2万円**※ 腎悪性腫瘍に対するラジオ波焼却療法

男性に多い疾病と先進医療にかかる技術料

- 肺がん、肝がん、前立腺がんなど **285.0万円**※ 悪性腫瘍に対する陽子線治療
- 食道がん、胃がん、大腸がんなど **48.5万円**※ 樹状細胞および腫瘍抗原ペプチドを用いたがんワクチン療法
- 肺がん **15.4万円**※ 胸部悪性腫瘍に対するラジオ波焼却療法

※上記の費用は全額自己負担の場合
平成22年 社会医学環境衛生研究所 調査

医療保障がより充実し、もしもの時にも安心

健康には自信があるから大丈夫。元気な時は誰しもがそう思いがちですが、病気やケガ、事故といった災難は、突然に降りかかってくるもの。そんな時に金銭面で困ることがないように備えておきたいのが、医療に関わる保障です。このたびJA共済では、そうした心配にお応えできるように医療共済をリニューアル。保障内容をより充実させました。

JAの新医療共済のポイントは4つ。では、それぞれの内容について簡単にご紹介しましょう。

オススメ その❶

日帰りなど短期の入院※1から、最長365日の長期入院までしっかり保障します。『入院見舞保障あり』でご契約いただいた場合は、入院見舞金もお支払いしますので、入院前後の通院費用にもあてることができます。（※1回の入院の支払限度日数は120日・200日・365日からニーズに合わせてお選びいただけます）

オススメ その❷

公的医療保険制度に基づく医科診療報酬点数表により手術料の算定対象となる手術が、手術共済金の保障対象（一部の手術を除く）に。「中耳炎による鼓膜切開術」や「花粉症等による鼻腔粘膜焼灼術」といった、入院をともなわない手術も新たに対象となり、共済金をお支払いできる機会がより増えました。また、領収書などで保障対象の確認がしやすくなりました。

オススメ その❸

保障の期間を選べるようになりました。一生涯保障を選択した場合、入院・手術はもちろん、先進医療にも一生涯備えることができるようになりました。（※2先進医療保障ありの場合）

オススメ その❹

公的医療保険制度の対象外で技術料が全額自己負担となる先進医療も、技術料に応じて定める額の共済金をお支払いします。

※1 日帰り入院は、入院基本料の支払の有無などにより判断されます。
※2 通算1、000万円まで保障

Q. 入院保障日額はどれくらい必要??

A. 公的医療保険の自己負担は3割で、高額療養費制度もあるため、公的医療保険の範囲内での治療の場合は確かに自己負担を抑えることができます。

しかし、公的医療保険適用外の治療（先進医療など）を受けた場合や、差額ベット代を必要とする病床への入院があった場合、その他雑費などを考えるとやはり自己負担分への備えが必要ではないでしょうか。

また、入院は支出の増加だけでなく収入の減少も伴いますので、余裕を持った医療保障日額を設定しておきましょう。

Q. 最近は入院も短期化しているし、入院日数は365日どころか120日も必要ないのでは??

A. たしかに、平均在院日数は短期化の傾向にありますが、病気は1回の入院で完治するとは限らず、入退院を繰り返すことも多いものです。

例えば退院日の翌日以降200日以内にその入院と同一の原因または直接関係がある原因で再入院された場合には、「1回の入院」とみなされ、限度日数のカウントがなされますので、何度か入退院を繰り返す場合は、100日を超えることも珍しくありません。高齢になれば体力の低下とともに入院日数も長引く傾向にありますので、「1回の入院」の保障期間が長期にわたる医療共済がベストといえます。

Q. 平均寿命は80歳程度なので、80歳までの保障があれば十分。終身保障は必要ないのでは??

A. 厚生労働省発表の「H20簡易生命表」によると、日本人の平均寿命は、男女とも、過去最高を更新しています。

平均寿命は、0歳の年齢の人が何年生きるかを計算した年数で、同様に年齢ごとにあと何年生きるかが計算できます（これを「平均余命」といいます）。

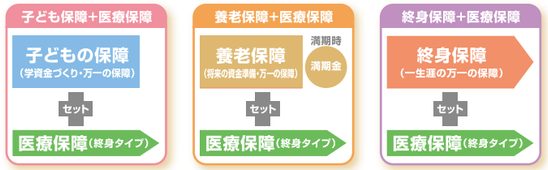
このデータを用いて「60歳の年齢の人が100人いた場合、何歳で何人生きるか」を計算してみると右表のようになり、男女とも半数以上の方々が80歳を迎えられています。

	男性	女性
60歳	100人	100人
70歳	88人	95人
80歳	63人	82人

80歳以降も健康で過ごせれば幸いですが、入院受療率は高齢になるほど高くなり、80歳以降では急激に上昇するというデータがあります。（厚生労働省「平成20年患者調査の概況」より）終身保障の医療保障こそが、今の時代に合った保障といえます。

医療保障の選び方 POINT

万一保障との組み合わせで、家族想いの保障に。



一家の大黒柱として、家族の保障を一生涯支えたい…

働き盛りから高齢期まで一生涯にわたり手厚い保障を備えることができるのは、大きな安心。終身タイプの医療保障と組み合わせることで、安心が一生涯ダブルで続きます。

掛金を払うだけでなく、貯蓄の楽しみもほしい…

満期時に受け取れる満期金は、当然ご自身でご自由に使うことができます。例えば、家族旅行や住宅のリフォーム、車の買い替えなど。医療保障の安心と、将来の夢づくりに。

大切な子供のために、教育資金を準備しておきたい…

お子さまをお持ちの方なら、教育資金の準備も悩みの種。JAの医療保障は、幼いうちに加入すれば掛金が安く、途中で掛金は上がりません。教育資金の準備に併せて、“一生涯の安心”をプレゼントすることもできます。

☆詳しくは各支店窓口または渉外担当者（LA）へお気軽にお問い合わせください。

この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては、重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

すでにご加入の方も安心

「乗換制度」を新設

現在ご加入いただいている方に朗報です。リニューアルにあたり、終身共済等に付加している全入院特約を医療共済へ乗り換えられる「乗換制度」を新設しました。これにより、現在ご契約いただいている保障を途切れさせることなく、簡単に新しい医療共済へ変更できるようになりました。割安で加入できるなど、うれしい特典もあるので、これを機に医療保障を見直してみるのもオススメです。

メリット1 他の保障はそのままで医療保障のみを見直すことができます

入院特約のみを医療共済に変更（乗換）します。入院特約が付加されていた共済の掛金は、ご加入時の共済金額（入院特約部分は省く）のまま継続しますので、合理的に医療保障のみを見直すことができます。

メリット2 積立金を活用して割安にご加入いただけます

乗換の際の医療共済の共済掛金は、乗換時年齢で計算されますが、これまでご加入いただいていた入院特約の共済掛金積立金をご活用いただくことで、新たに医療共済にご加入いただく場合に比べて割安にご加入いただけます。

※ご加入の主契約の種類、経過期間、入院特約の種類によって共済掛金、積立金の額は異なり、共済掛金積立金の額がわずかな場合や、まったくない場合もあります。

メリット3 乗換前に生じた原因で入院・手術・放射線治療された場合でも保障されるので安心です

※先進医療など乗換前の入院特約の保障対象外であった場合を除きます
※乗換される場合は「保障見直し設計書」などで現在のご契約と比較のうえ、ご検討ください。

10382100215

新米をおいしく食べよう

新米といえば、炊き上がりのみずみずしさと、ほのかな甘い香りが持ち味。

みずみずしくご飯を炊くために気をつけたいのは、水加減。新米は普段のお米よりも多く水分を含んでいます。そのため、炊飯器で炊くときは水を控えるのがコツです。目安としてお釜の目盛りから1～2㍉ほど下で調整してみてください。

また、弱アルカリ性で「軟水（硬度20mg／ℓ前後）」の水を使うと、お米の味、香り、食感を引き立たせることができますので、お試しください。

五ツ星お米マイスター●金子真人

営農販売部
農畜産課専門指導員
かわかみ　ひろかず
河上　浩和

JAおちいまばり管内では、約1,200㌶で水稲を作付けしています。品種では『ヒノヒカリ』が中心で約60％を占めており、続いて『コシヒカリ』、『あきたこまち』となっています。

また、JAおちいまばりは、今治市とともに食の安心・安全と地産地消に取組み、減農薬・減化学肥料で栽培した米を、学校給食に供給しています。

新しい品種として、島根県で奨励している、『きぬむすめ』（早生品種）を農事組合法人上朝ライスセンターが中心となって栽培していますが、食味も良好なことから、JAおちいまばりとしても、『ヒノヒカリ』（中生品種）に栽培が集中していますので、刈取り時期を分散させるためにも、有望な品種であると考えています。

今年の生育状況は、早期米では4～5月に気温が低かったことから、生育が遅れましたが、7月下旬以降は好天に恵まれたことから、生育も若干早まり、平年より1～5日遅れの収穫となりました。

一方、普通期米では気温が高く推移したことから、高温障害により腹白・心白などが発生し、等級の低下が心配されます。

今年産米は、持越し在庫に加え、生産過剰による価格低下が心配されますが、JAおちいまばりでは、独自販売などをすることにより、農家手取りの向上に取組んでいます。

We♥クッキング Recipe No.6
米粉ドリア 〈調理時間30分〉

【材料】（2人分）

ご飯	250g	バター	10g
鶏もも肉	100g	粉チーズ	大さじ2
(A) 塩	小さじ1/4	＜ホワイトソース＞	
(A) こしょう	少々	米粉	大さじ2
(A) 白ワイン	大さじ1/2	バター	30g
タマネギ	1/4個(50g)	牛乳	カップ2(400ml)
マッシュルーム	8個(60g)	(B) 塩	小さじ1/4
ブロッコリー	1/3株(60g)	(B) こしょう	少々

【作り方】

①鶏もも肉は2cm角に切り、Aをまぶします。
②タマネギはみじん切り、マッシュルームは4～5mmの薄切りにします。ブロッコリーは小房に分けてかためにゆでます。
③フライパンにバター10gを温め、①とタマネギを中火でいためます。肉の色が変わったら、マッシュルーム、ブロッコリー、ご飯を順に加え、さっといためます。
④ホワイトソースを作ります。鍋にバター30gを入れ、中火にかけて溶かします。米粉を加えて混ぜ、なじんだら火を止めます。牛乳を半量加え、よく混ぜます。残りの牛乳を加え、さらに混ぜます。中火にかけ、煮立ったら弱火にし、混ぜながら1～2分煮ます。Bで味を調えます。
⑤③を耐熱容器に入れます。ホワイトソースを流し入れ、粉チーズを掛けます。220～230度のオーブンで約11分、焦げ目がつくまで焼きます。

♉ 牡牛座 4/20～5/20
【全体運】細部を気に掛けてしまいがち。完ぺきを目指さず、何事にも気楽に取り組んで。リフレッシュには家庭菜園が吉
【健康運】疲れをため込まないよう、マメに休んで　【幸運を呼ぶ食べ物】カボチャ

We♥農 おちいまばり産を知ろう
今月の旬 米～Rice～

大切な人のカラダに入るものだから妥協はしない。
誇りと自信を持って、自分たちが納得する作り方で、納得できる品質をめざし、日々農に励んでいる農家がJAおちいまばりにはたくさんいる。
そんな農に対する取組みや想いをたくさんの人に知ってほしい。
そしておちいまばりの生産物を通じて、食す幸せをたくさんの人に届けたい。

米『ヒノヒカリ』生産者
今治市桜井
檜垣　守　さん
由貴子さん

「昔は米と麦の栽培だけで充分生活できよったんよ。それが米の単価も下がる一方で、乾燥機や選別機の機械などにも莫大な費用がかかる。それだけでは食べていけんなったので20年くらい前に、キュウリや玉ねぎの栽培も始めたんよ」と守さんは話します。

就農して30年あまり。子育ても一段落した6年前に就農した由貴子さんと夫婦2人3脚でコツコツと農業を営んでいます。

田植え時期は朝晩のキュウリの収穫と重なって、深夜まで作業することも多々あるそうです。「虫の被害にあったり、天候に左右されたりと苦労は絶えんけど、作ったものが上手くできた時の喜びがあるけん、がんばれるんよ」と守さんは話します。

そんな檜垣さんちのご飯は絶品！無洗米にできるほどきれいに剥いた米をさっと洗い、ガスで毎日炊いています。食生活の欧米化などで、米の消費は減る傾向にありますが、おいしいお米をたくさん食べてほしいというご夫婦の想い。その想いが収穫された米にずっしりと込められて、皆さんの元に届きますように。

♈ 牡羊座 3/21～4/19
【全体運】気分の浮き沈みが激しくなりそう。わずかなことでイライラせず、どっしり構えて。リラックスには芸術鑑賞が◎
【健康運】のんびり過ごせば、体調面にも好影響大　【幸運を呼ぶ食べ物】ダイコン

NEWS & TOPICS

JAおちいまばりの旬なニュースや話題

JA OCHIIMABARI NETWORK

暑さを吹き飛ばすおいしいカレーを作ったよ

SaisaiKIDS倶楽部

今年度3回目となるSaisaiKIDS倶楽部を8月21日、『さいさいきて屋』で開きました。

まず、会議室で稲の花が咲く様子や茎のなかに穂が出来る様子などを学び、田んぼでは6月に植えた稲の生育状況を確認しました。

その後、調理室に移動し、ナスや甘長トウガラシ『甘とう美人』など、地元産の旬の野菜をふんだんに使った、カレー作りに挑戦。児童たちは野菜や肉を切り、具材を入れて煮込むなど、真剣な眼差しで調理。みんなで協力し合い、一生懸命作ったカレーはとてもおいしく仕上がり、スタッフが薪を入れて、釜で炊いたご飯と一緒にいただきました。

初めてカレー作りに挑戦した児童は「おじいちゃんの作る野菜を使って、カレーを作り家族に食べてもらう」と笑顔で話しました。

稲の生育について勉強中

真剣な表情でカレー作りに挑戦

事故のない優しい地域づくりをめざそう

アンパンマンたちと一緒に学ぶ交通安全

8月29日に次世代を担う子どもたちを事故から守るため、交通マナーや交通ルールを楽しく学ぼうと、本店でアンパンマンキャラバンショーを開きました。

子どもたちに大人気のアンパンマンたちの登場で会場は大盛り上がり。

アンパンマンたちが交通ルールについて話しをしたり、観覧者の皆さんと一緒に交通安全に関するゲームやクイズを行い、交通安全について楽しく学びました。

アンパンマンたちの登場に子どもたちは大興奮

最後はアンパンマンたちと一緒にダンスをし、「楽しかったよ」とお礼の握手を求める子どもたちが列を作りました。

JAおちいまばりでは今後も事故のない優しい地域づくりをめざした活動を行っていきます。

地産地消の料理教室〝おかわりクッキング〟

地元の農産物を楽しく料理

8月20日にさいさいきて屋調理室で『JAおかわりクッキング』と銘打ち、地元産の食材を使った料理教室を開きました。この料理教室は今年度からの取り組みで、今年度6回の教室を予定しています。

第1回目となる今回は12人が受講。当JA女性部部長である岡田絹枝さんが、講師となり、いぎす豆腐やスペアリブのマーマレード煮など6品を作りました。

いぎす豆腐とは今治市を中心とした瀬戸内海地方に伝わる郷土料理。いぎす草と呼ばれる海藻と生大豆の粉を入れて煮溶かし醤油などで味をつけて冷やし固めた料理です。

なぞなぞ Q3 上を向いて下にさすものなぁ～んだ？

双子座 5/21～6/21

【全体運】レジャー運が絶好調。気の合う仲間たちとにぎやかに過ごして。小説を書くなど、クリエーティブな趣味にツキ
【健康運】オーバーワークに注意。無理は禁物　【幸運を呼ぶ食べ物】柿

JA役職員が今年も元気に笑顔で参加

第13回今治市民のまつり「おんまく」

第13回今治市民のまつり「おんまく」が8月7日、8日の両日、今治市内で開かれ、JAおちいまばり役職員86人の踊り連が参加し、熱演を披露しました。JAの大きな看板を先頭に、軽快なリズムに乗って、「ダンスバリ」を思いっきり踊り、夏の暑さを吹き飛ばしました。その後、今治特産のタオルを手に持ち、今治地方の盆踊り「木山音頭」「今治お祭り音頭」を元気に踊りました。

みんなで協力し合い、楽しく料理

受講した参加者は「今までいぎす豆腐作りに何度か挑戦していたが、上手く出来ていなかった。今回、作り方のコツを教えてもらえて良かった」と感想を述べました。広報誌・HPでも開催のご案内をしていますので、申し込みをお待ちしています。

今年もおちいま職員の夏がやってきました

日頃の感謝の気持ちを込めて

さいさいきて屋夏祭り

さいさいきて屋は8月28日、出荷者やお客様への日頃の感謝の気持ちを込めて、夏祭りを開きました。ゆかたコンテストやダンスショー、ビンゴ大会など多彩な催しで大盛況となりました。

会場には焼きそばやせんざんきなど、地元産の安心・安全な食材を使った模擬店がズラリと並びました。また、金魚すくいやくじ引きなどのコーナーには子どもたちの人気が集中。多くの来場者が列を作りました。

来場した子どもたちは「夏休み最後の週末に楽しい思い出が出来て良かった」と笑顔で話しました。

さいさいきて屋にゆかた美人（!?）大集合

第43回愛媛県上質牛枝肉共励会で最優秀賞を受賞

今治市波方町　越智秀清さん

第43回愛媛県上質牛枝肉共励会が8月上旬、神戸市内の卸売市場で開かれ、今治市波方町の越智秀清さんが最優秀賞を受賞しました。

越智さんは波方町で約150頭の黒毛和牛を飼育。「伊予牛　絹の味」の優良生産農家としても認定されていて、黒毛和牛飼育の達人です。「今回の受賞を励みとし、今後も上質の肉を安定して出荷していきたい」と意気込んでいます。

表彰を受けた越智さん

なぞなぞ Q4 林のなかに木は何本？

蟹座 6/22～7/22

【全体運】感情的になりやすいかも。愚痴がエスカレートしがちなので、ほどほどに。幸運を呼ぶには、お風呂や台所の掃除を
【健康運】おおむね安泰。目立ったトラブルはなさそう　【幸運を呼ぶ食べ物】サバ

福祉ふれあい夏祭り
各デイサービスセンター

生活福祉部は7月と8月に「福祉ふれあい夏まつり」を各デイサービスセンター元気で開きました。この夏祭りは毎年恒例となっており、利用者や地域の方々に季節の行事を楽しんでもらうイベントの一つ。

利用者の方や家族連れなど多くの来場者で賑わい、利用者の方が歌を披露したり、地域の方々による盆踊りなど、多くの催しが行われ大いに盛り上がりました。

また、ヨーヨー釣りやカレーライスなどの屋台が並んだり、花火大会が行われるなど、夏の雰囲気をみんなで味わい、楽しみました。

利用者の方は「子どもの頃の夏祭りを思い出し、楽しむことができた。来年も楽しみ」と笑顔で話しました。

琉球国祭太鼓にフラダンス…
最後は来場客も加わった盆踊りで
大盛り上がり

第16回JA主催レクバレー大会
菊間地区

8月28日、菊間町総合体育館にて、菊間支店主催のレクバレー大会を開きました。

この大会はバレーボールが盛んな菊間地区でより多く競技の場を提供しようと合併前からはじまり、今年で16回目となります。

今年は11チーム約95人が参加し、今年の暑さを更にヒートアップさせる白熱した戦いが繰り広げられました。

熱戦の末、優勝には『コスモス』が輝き、準優勝には『バッカス』三位『キャンディ』という結果になりました。

優勝チームのメンバーの一人は、「非常にうれしい。今後も充分に練習をして、次回も優勝できるように頑張りたい」と抱負を語りました。

優勝チーム「コスモス」

静かに闘志を燃やす
参加チーム

虎の田んぼアート出現！
農業に遊び心を
今治市常盤町　村上豊さん

今治市常盤町の水田に虎の図柄が現れ、地域の話題となっています。

4年前に農業を始めた同町の村上豊さんが「農業にも遊び心が大切」と、水田に2種類の稲を植えていたもの。田植え前に図柄がうまく浮き上がるよう綿密に計算し、設計図を作成。設計図通りに時間と手間をかけ、一本ずつ手植えをしました。

村上さんは、農業を始めた頃から田んぼアートで地元の小学校の校章を描くなど、地域の人を楽しませています。今年は年賀状で「虎のアートを田んぼに描く」と宣言し、「ヒノヒカリ」と「黒米」で今年のえとである虎を描きました。

来年は15メートルのカブトムシを描くと意気込んでいます。

かわいいトラの田んぼアート

やすくんとひとくんの
あぐりぼっくす

越智今治で生産されている主な農作物を紹介します。

アスパラガス

管内では島嶼部と玉川で栽培されており、約2.7㌶の栽培面積。露地・ハウス共に品種は『ウェルカム』が多い。アスパラガスから発見されたアミノ酸のアスパラギンは疲労回復、皮膚の新陳代謝の活性といった美肌効果がある。

〈かんきつ〉

10月の重点作業

- ◆ 収穫前に腐敗防止剤の散布
- ◆ 秋肥の施用を

温州みかん

仕上げ摘果・樹上選果

今年は、夏場の降雨が少なく、小玉果や、日焼け果が多くなっています。樹上選果を徹底し品質と大きさを揃えることを目的に実施します。

特に中生温州、晩生温州は品質向上のために今月以降の仕上げ摘果を行い、仕上げ摘果後も収穫直前まで機会あるごとに園地を見回り、樹上選果を行います。着果量の少ない果皮の粗い樹は仕上げ摘果を見送り樹上選果で加工品のみを摘果し品質を揃えることが重要です。みかん栽培の労働のかなりの部分を採収、出荷の作業が占めていますので、いくら着果量が少ない場合でも、一度は必ず園地を見まわり、採収、家庭選別の簡素化を図る意味からも樹上選果を徹底しましょう。

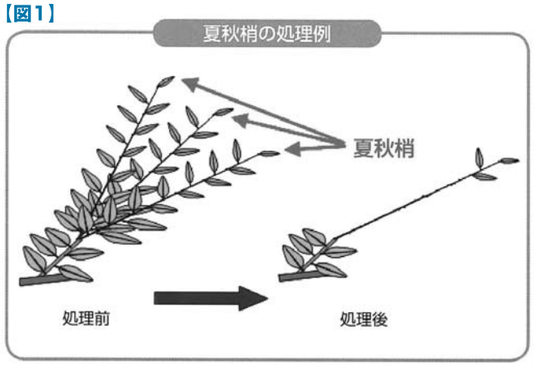
浮皮軽減対策

浮皮は、秋期の高温と降雨によって助長されます。浮皮が発生しにくいように、排水対策と除草を徹底し、果梗枝の太い上向きの果実を除去し、下垂した果実を残すよう摘果します。また、浮皮の発生が予想される場合は、カルシウム剤の散布を行います。

夏秋梢の処理

温州みかんは来年の着果が多いと予想されます。着果過多となる樹については、夏秋梢を整理し、夏秋枝の摘葉を実施し来春の春芽の発芽を促進します。

【図1】



大玉生産を目標とする中晩柑類では、夏秋梢をそのままに放置すると同化養分が枝の伸長に使われ、果実肥大の抑制や品質低下につながります。また、樹の耐寒性向上、病害虫回避のため、秋芽の発生がなくなる十月中旬頃から処理しましょう。

デコポンの夏枝は来春の良好な結果母枝となるため、弱い夏秋梢を間引きし、残した枝を充実させるようにします。この時期発生する秋芽は、充実が悪いため、すべて芽かきします。

極早生・早生温州の収穫

この時期まだ気温が高いため、腐敗の発生に注意して果実の取扱は丁寧に行いましょう。また、今年は、夜蛾の被害や、日焼け果が多く発生しています。収穫時に注意し、混入しないよう心がけましょう。

病害虫の防除

●かんきつ類の腐敗防止剤

市場出荷品の中に、腐敗果が混入することが、温州みかんの価値低下の大きな要因とされています。

腐敗果を出さないために、採収前には、腐敗防止剤の散布を必ず行ってください。

防除薬剤

ベンレート水和剤　4000倍＋
ベフラン液剤　2000倍
又は、ベフトップジンフロアブル

なぞなぞのこたえ
A-1 モツ肉　A-2 スミレ　A-3 目ぐすり　A-4 2本　A-5 琴

乙女座 8/23〜9/22
【全体運】プライベートを充実させたい時期。習い事を始めれば、良い刺激に。スポーツにチャレンジするのも○
【健康運】体に良いことは、積極的に取り入れて　【幸運を呼ぶ食べ物】サツマイモ

獅子座 7/23〜8/22
【全体運】何かと好奇心を刺激されるとき。興味を引くことがあったら、トライしてみて。インターネット関連も吉
【健康運】あまりさえないので、規則正しい生活を　【幸運を呼ぶ食べ物】梨

Agri Box ★ Agri Box ★ Agri Box ★ Agri Box ★ Agri Box ★ Agri Box ★ Agri Box ★

1500倍
（※収穫前安全使用日数は必ず守って収穫してください。）

●ミカンハダニ

この時期に多発すると果実にも多く寄生し、着色や光沢を悪くします。早期発見、早期防除に心がけてください。

防除薬剤

ダニサラバフロアブル　1000倍
コロマイト水和剤　2000倍

●カメムシ

果実の着色に伴い注意が必要となります。

防除薬剤

テルスター水和剤　1500倍
スタークル顆粒水溶剤　2000倍

秋肥の施用

樹勢回復、耐寒性向上のため、収穫前後に秋肥を施用します。

極早生の秋肥は投入量が多いため2回に分けて施用し、1回目は、収穫が3分の2程度終わった頃を目安とし（施用量の60％）、残りは、収穫終了直後に施用します。

早生温州では10月下旬（11月中旬までに収穫を終えることを前提に）に施用します。

落葉果樹

基肥の施用

貯蔵養分の蓄積を図るため秋肥や基肥の施用を行います。施用量は樹勢や新梢の伸長量などを考慮して樹ごとに調整します。

【表1】落葉果樹基肥の施肥時期と施肥基準（10a当たり）

	施肥時期	肥料名	施肥量	施肥成分量(kg/10a) N	P	K
キウイフルーツ	基肥(10月中旬)	ファイト	4袋	8	5.6	5.6
	基肥(11月中旬)	ファイト	3袋	6	4.2	4.2
梨	基肥(12月中旬)	ゴールド	8袋	11.2	8	8
桃	基肥(10月下旬～11月中旬)	ゴールド	6~7袋	8~9	6~7	6~7
ぶどう	基肥(10月下旬～11月中旬)	ゴールド	3袋	4.2	3	3
柿	秋肥早生(10月上旬) 中生(10月中旬) 晩生(10月下旬)	ファイト	3袋	6	4.2	4.2

キウイフルーツ

収穫時には果実に傷を付けないように丁寧に取り扱うと共に、果面の濡れた状態では収穫しないようにします。

また、落葉した果実が整品に混入しないように注意しましょう。

病害虫防除

●灰色カビ病

貯蔵中の灰色カビ病の発病を抑えるため、収穫1週間前に防除してください。また、展着剤を加用し果梗部分に薬剤がかかるよう、十分な量の薬剤で丁寧な散布を心がけましょう。

防除薬剤

ロブラール水和剤　1500倍

家庭菜園 ジャガイモ作りのポイント

ジャガイモ（馬鈴薯）は春と秋の年2回作ることが出来ます。秋植えの場合は休眠が浅い品種の「デジマ」や「ニシユタカ」、「農林1号」等を8月下旬～9月上旬に植え付けましょう。

種イモに使うジャガイモ

食用のイモや昨年収穫したイモはあまりお勧めできません。どちらも病気にかかっていることがあり、それを種イモとして植えて発芽はしても、茎葉が萎縮してイモが肥大しないので収量が激減することもあります。病気を覚悟で植えることも出来ますが、無病の健全な種イモを買ったほうが安全です。

種イモの植え付けまで

50グラム以下の種イモはそのまま使用し、それ以上の大きさのものは1片が30グラム前後になるよう、縦に2～4片に分割します。種イモをよく見ると、長い方の頂点付近に大きなくぼみがあります。これは親株の根に繋がっていた部分で、芽の多くはそのくぼみと反対側から出ます。それぞれの断片に芽が必ず入るように縦に切りましょう。

また、種イモを植え付ける際には切り口に灰を付け、切り口をよく乾燥させます。灰を付けるのは、切り口から病原菌が入って病気になったり、腐ったりするのを避けるためです。灰はワラ灰でなくてもどんな灰でもかまいません。

切り口が乾燥してコルク化したら切り口を下にして40～50センおきに据え、その上に5～6センの厚さに覆土し、軽く踏んで抑えておきましょう。

芽かき作業

種イモからはそれぞれ数本の芽が出ますが、目の数が多いと、小さなイモがたくさん付くようになります。1個100グラム程度の大きさが揃ったイモを収穫するために、芽かきという作業を行います。

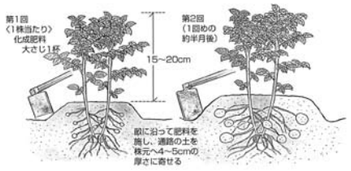
草丈が10センほどに伸びたところで、生育の良い太い芽を残して他をくださ

取り除きます。その際、種イモが動かないように、残す芽の株元を手で押さえ、丁寧にかいてください。

土寄せ作業

ジャガイモは種イモの上の地表に近いところに新イモができます。イモに光が当たるとえぐみの元になる色素ソラニンが生成されて緑化してくるので、これを防止するために土寄せを行います。

草丈が15～20センになったら、雑草の除去を兼ねて通路を軽く耕し、株元に土を寄せ上げてやります。しかし、一度にたくさんの土を寄せてしまうと地温が上がらず、イモの肥大を阻害してしまうので、1回目の約半月後に2回目の土寄せを行いましょう。



収穫の目安

茎葉が自然に枯れ上がってきたらそろそろ収穫です。試し掘りをして、イモの太り具合を確認し、収穫の判断をしてください。収穫は土が乾いている日に行います。土が湿っているとイモが腐敗しやすくなるからです。

株まわりに大きくスコップを差し込んで、イモを切断しないように掘り出します。新イモは皮がむけやすいので丁寧に扱ってください。1株当たり4～5個、合計500グラム前後のイモが採れれば上出来です。

茎葉がまだ生育している時期に早めに収穫することも出来ますが、イモが完熟していないので皮が薄く、日光にさらすとすぐに緑化するので、日に当てないように気をつけてください。

掘りたてのイモは盛んに呼吸しています。通気性の良いコンテナなどに入れて、室内の冷暗所に2～3日置いて呼吸熱を冷ましておけば、長く貯蔵することが出来ます。冷蔵すると甘みが増して美味しくなります。

栽培の注意点

ジャガイモは肥料が多いとアブラムシがつきやすくなります。もともと地上部は種イモの養分で成長するので、肥料は控えめにしましょう。原則として、ジャガイモは元肥重点で追肥の施用量は少なめです。追肥をやるならば土寄せの時にやりましょう。

また、ジャガイモはアルカリ性土壌を嫌います。収穫したら皮がざらざらしていたという場合は「そうか病」です。苦土石灰等の石灰資材のやりすぎに注意しましょう。さらに、ジャガイモは連作も嫌います。ナス科作物を2～3年作っていない、日当たりと排水の良い場所を選びましょう。

早く収穫したい場合はマルチ栽培がお勧めです。芽が出て、マルチを押し上げるようになったらマルチを切って芽を出してやりましょう。

ひとくんのワンポイントアドバイス

ミニトマト栽培便り

本宮喜美男さん（63歳 今治市中寺）

【今治にミニトマトの産地を】

今治市中寺は水に恵まれた地域でハウス野菜の栽培が盛んです。本宮さんは奥さんと2人で、ミニトマト・キュウリ・アムスメロンのハウス栽培を45アールと水稲25アールを栽培しています。ミニトマトは3年前から取り組み始めました。

本宮さんのミニトマト栽培は労力の分散化と周年生産を図るため、6月定植の夏秋栽培と9月定植の促成栽培の2作型に分けて栽培しています。9月3日には連棟ハウス10アールに小鈴SP（みかど協和）と新しくタキイ種苗の試験品種を定植しました。

皆さんご存知の通り、トマト・ミニトマトはコナジラミが媒介する黄化葉巻病が非常に厄介です。この数年間で、今治にもコナジラミが多発するようになりました。ハウスにコナジラミを入れないように防虫ネットの整備や黄色の粘着トラップ等を駆使してコナジラミ対策を施しています。

また、美味しいミニトマトを生産するべく地元畜産農家の牛糞堆肥を投入して地力増進を図り、土壌分析でPHとECを測定し適正施肥を行っています。本宮さんは、今治で生産したミニトマトを多くに人に喜んで食べてもらうために日々努力しています。

暑いハウスの中で作業する本宮さん

文芸 春・夏・秋・冬

JA俳壇

岡部 耕子 選

石庭に向かひて静か人涼し 〈吉 海〉重松 安子

《評》よく聞き、よく慮っての数語が聞こえてくるようである。「涼し」によって、その人と語りつつ、作者の心が落ち着いてくる様が思われる句である。

旅帰り伸び放題の夏草に 〈上 徳〉重見 稔子
夏霧や大洲訛りでガイドされ 〈吉 海〉池田 玲子
梅雨晴や草の香り匂ひの遍路道 〈登 畑〉杉 孝一
夏帽子眼深にかぶりペタル踏む 〈菊 間〉津吉 伸子
木々芽吹く風も光も柔らかに 〈新 谷〉丹下 七重
売る程に採れたる夏の野菜かな 〈玉 川〉山本 友子
土用入り何か忙しく日々過ぎて 〈朝 倉〉武田 敬子
紫陽花や色まだ若く雨の中 〈波 方〉矢野ヤヨイ
遠耳の人のうなずく遠花野 〈山 口〉山之内スマ子
十薬を引く指先に香を残し 〈大 西〉古賀キク子
廃屋に猫住みついて夏来る 〈吉 海〉八塚貴恵子
梅雨の日の雨傘つひにささずおり 〈吉 海〉佐藤ミヨ子
人々々つつじ見頃の札所寺 〈吉 海〉岩岡八津子
朝顔の花の数日々増へており 〈吉 海〉西部 治子

JA歌壇

村上 時子 選

孫の出る吹奏楽のコンクール胸熱くして拍手惜しまず 〈上 島〉山元 征子

《評》短歌という、洗練された感覚の中で、生活をしていると、孫の感動が、よく照応していて、表現の技術も優れている。コンクールを見ても、このような歌が出来る。状景と捉えた

介護職われは寂しむ又ひとり独居老人の訃報を聞きて 〈大三島〉里本 道子
入院の夫見舞えばひたすらにわれを待ちをり独りの部屋に 〈波 方〉八木 政子
すこやかに夫のあればこれ程の至近距離にてをらぬと思ふ 〈宮ケ崎〉渡辺 礼子
遠くにて久しく会えぬ曽孫らの写真を見つつわれはほほ笑む 〈伯 方〉松垣かんな
電車にて席をゆづられ自らの齢をしみじみ実感したり 〈波 方〉武田 昭子
母の日に嫁の呉たるつつかけを今朝はきてゆく元気でくる 〈山 口〉山之内スマ子
囚人の嘆きにも似て寂しかり佐渡の岬のうみねこの声 〈上 島〉村上 陸斗
若くして食道癌にて逝きし母その病ひ今テレビに学ぶ 〈波 方〉八木 初音
自生せしオクラとゴーヤの黄の花が猛暑の畑に鮮やかに咲く 〈大三島〉近藤 和子
名古屋場所の横綱白鵬優勝に炎のごとく邁進したり 〈菊 間〉津吉 伸子
この夏の異常気象に朝早く命のかぎり熊蝉の鳴く 〈波 方〉森 一子
「熱中症気をつけてね」と幾度も子らは目配せして帰りゆく 〈上 島〉池田 繁雄
山峡の施設も慣れて鶯とほとぎす鳴く声に癒さる 〈波 方〉南 寿美江
島山に密柑植ゑられ栄えしが今あはれなり雑木が繁る 〈大三島〉渡辺スエ子

川柳

編集部 選

ダイエットもったいないが邪魔をする 〈宮ケ崎〉渡辺 礼子
カケ足で生きた人生泣き笑い 〈高 市〉河上 幸子
熱中症気をつけましょうが合言葉 〈伯 方〉松垣かんな
入道雲青い空まで包み込み 〈波 方〉菊川千代美
蛙の子親より高く飛べと塾 〈大三島〉近藤 和子

「春夏秋冬」文芸コーナーでは、俳句・短歌・川柳を募集しています。どしどし投句してください。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

七九四－〇〇二八 今治市北宝来町一丁目一－五
JAおちいまばり企画管理課 行

ひ・と・り・ご・と

朝晩はだいぶ涼しく感じられるようになりましたね。1日1日秋が深まっていくようです。秋といえば味覚の秋、スポーツの秋、読書の秋ですが、毎年いろんなもの食べたいし、スポーツしたいし、本も読んでみたいと思っている間に冬になってしまいます。

みなさんはどんな秋を楽しんでいますか。よかったら「おたよりコーナー」にご投稿ください。

射手座 11/23～12/21
【全体運】知識欲を刺激されそう。どんどん新しいジャンルを開拓してみて。専門知識や特殊技能の習得も○
【健康運】肌荒れにご用心。食生活の改善が不可欠 【幸運を呼ぶ食べ物】豆腐田楽

ローンセンター夢見館から『農業資金についてのご案内』

☆皆さまからのお問い合わせの多い質問にお答えします☆

Q1. 無利子資金を利用することはできますか?

A. 無利子資金には農業改良資金と就農支援資金がありますが、それぞれ制約条件があります。以下を参考にして、JA窓口や関係機関にお問い合わせください。

農業改良資金
新しい作物・新しい技術にチャレンジ

就農支援資金
新規就農者の設備投資等をバックアップ

Q2. 運転資金を利用したいのですが?

A. 運転資金のうち代表的なもの（当座貸越形式）は以下のとおりです。

農業経営改善促進資金（スーパーS）
原則として、個人枠500万円、法人枠2000万円

ＪＡ営農ローン
個人枠500万円

（付記）ご利用を急ぐ場合は、手続きが簡素なJA営農ローンをお勧めします。

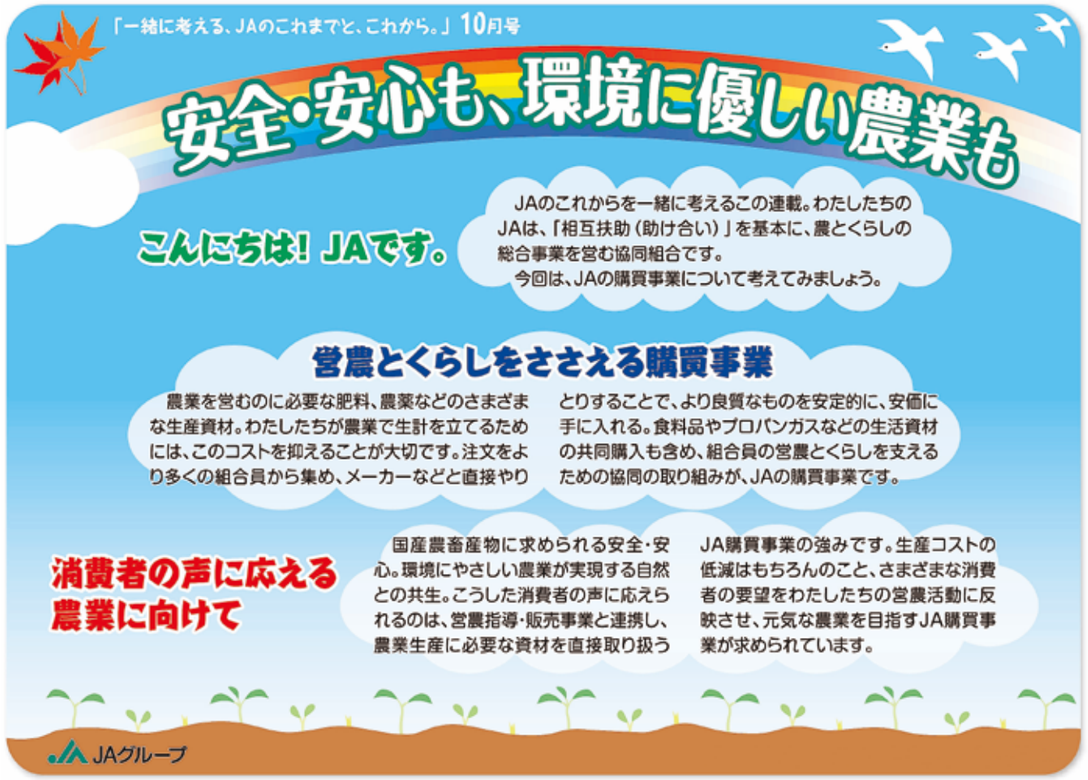
Q3. 借入金や未払金が累積して農業経営が苦しいのですが、負債整理資金による借換はできますか?

A. 負債整理資金のご利用にあたっては、ご本人による現状認識、経営再建目標の確立、自助努力等が何よりも重要です。まず、JA・農業改良普及センター等関係機関へ経営詳細内容・家計状況・今後の展望等を説明していただいたうえで、負債整理資金の導入が適当かどうかを個別判断させていただきます。
以後、経営改善計画を作成していただき、県および関係機関の審査に合格した場合にご利用が可能となります。
代表的な負債整理資金は以下のとおりです。

農業経営負担軽減支援資金
JA資金（ただし、制度資金は貸付利率5.0%超のもののみ借換可）

経営体育成強化資金
日本政策金融公庫資金（制度資金全般の借換が可）

詳しいお問い合わせは…
最寄りの支店またはJAおちいまばりローンセンター夢見館まで
ローンセンター夢見館 TEL(0898)33-7270



山羊座 12/22～1/19
【全体運】自分の考えに固執し、孤立してしまう結果に。柔軟性を発揮して、状況の打開を。気分転換には公園の散策がオススメ
【健康運】ストレッチで体をほぐせば疲労解消に 【幸運を呼ぶ食べ物】ギンナン

四季の花づくり

●早川京子　出典JA広報通信

気温の低下が急激、遅れずに作業を

秋まき草花の種まき、秋植え球根、草花苗の植えつけ、宿根草花の挿し芽、株分け、植え替えなど、来春の花壇のにぎわいを期待しての作業がめじろ押しです。秋まき草花の発芽適温は、春まき草花より少し低い15〜20度くらいですが、秋は気温が日々急激に下がり発芽適温を外しやすいので、早めに取り組みましょう。

一方、球根は秋の涼しさによって発根を促し、寒冷期になる前に根を十分に伸ばしておき、冬の寒さに遭うことで花芽をつくります。そのため植えつけは、種まきをする種類より遅くても大丈夫です。それでも11月上旬くらいまでには終えましょう。

9月に種まきをして育苗中の草花は、上・中旬に植え広げておき、下旬に花壇へ定植します。1度仮植えすることで細根が多くなり、養水分の吸い上げ能力が増して、厳寒期を乗り切る丈夫な苗になります。

宿根草の株分け、植え替えは今月中に終えましょう。挿し芽は上・中旬にすると今月中には根づきますので、鉢に植え替えてやります。

ヒヤシンス、クロッカスやチューリップなどの球根の水栽培は、気温が高いと水温も高まり病菌が繁殖しやすくなるので、気温が15度以下になる時期になってから始めるのが安全です。

寒くなるまでに根をしっかり伸ばして、0度に近い気温の時期になったら、寒さに当てるようにします。発根、根の伸長に明るさはいりませんので、冷暗な場所に置きます。根の伸長に合わせて、容器中の水は少しずつ減らしていき、根が空気に触れ、呼吸できるようにしてやりましょう。

水瓶座 1/20〜2/18
【全体運】行動力が高まっている月。視野を広げて、新しいことに意識を向けてみて。発想力アップにはウオーキングを
【健康運】ストレス解消には適度な運動が効果的　【幸運を呼ぶ食べ物】卵焼き

悩みスッキリ！まあるい心で暮らしたい

「家財購入記録」ノートをつけてみては

エッセイスト　小川有里

この冷蔵庫、何年前に買ったんだっけ？洗濯機は？ソファーは？

古びてきた電気製品や家具類を眺めながら思い出そうとしても6〜7年前、いやもっと前かなとはっきりしません。保証書も取扱説明書も5年以上前となると、どこへしまい込んだのか行方不明です。

家電類は使い始めて何年になるかが買い替えの目安になるというのに、困ったものだと反省したのが昨年のこと。何かいい方法はないかと考えているうち「冠婚葬祭記録」ノートを参考にしようと思いつきました。

これはその名の通り、わが家の冠婚葬祭に関する出費（または品物）、いただいた金額（同）、お返しの品などをその都度記録した大事なノート。どこかへ紛れ込まないようにノートの上部に穴を開け、シオリのように鮮やかなリボンをつけてあります。それの家財版「家財購入記録」ノートを作ろうと思ったのです。

まず大学ノートに縦の線を引いて品物名、購入日時、購入店名、金額、備考（分割か一括払いかなど）の欄に分けます。家電と家具・インテリアは別ページにします。家財とまではいかなくても1万円以上の台所用品、例えば圧力鍋、家庭用パン焼き器などを記録するページもあると便利だなと思い、作りました。

これなら何をいつ、どこで、いくらで買ったかが一目瞭然（りょうぜん）。こちらもノート上部に目立つ色のリボンを結びつけました。

早速、購入年月が思い出せる物を記録したのですが、近年、携帯電話、パソコン、プリンター、デジカメなど、案外物を買い替えていることに驚きました。わが家の買い物の歴史ノートになりそうです。あなたも「家財購入記録」ノート、作ってみてはいかがでしょうか。

健康百科

緑内障は早期発見がかぎ

佐久総合病院名誉院長
松島　松翠

緑内障は、眼圧が上昇して視神経が障害され、視野が欠けていく病気で、放っておくと失明につながることがあります。日本では、40歳以上の人の約20人に1人は緑内障があるとされており、中途失明の原因の第1位を占めています。失明を防ぐためにも、緑内障をできるだけ早く発見して、適切な治療を受けることが大切です。

近視の人などは視神経が障害されやすく、緑内障を発症しやすいといわれています。また、家族に緑内障の患者さんがいる場合も、いない場合に比べて、緑内障の発症頻度は約2倍になります。もともと視神経が障害されやすい人は、眼圧が高くないにもかかわらず、典型的な緑内障を起こす人が多く、それを正常眼圧緑内障と呼んでいます。わが国では、正常眼圧緑内障が、緑内障全体の約7割を占めているといわれます。

緑内障を発症しても、最初のうちは自覚症状がほとんどないまま、ゆっくりと進行します。そのため、かなりの人が知らないうちに緑内障になっている恐れがあります。

自覚症状が現れてくるのは、視神経が障害されて5〜10年ほどたってからです。緑内障の中期になってからです。緑内障は、いったん起こった障害は良くなりませんので、視力障害など自覚症状が出る前に早く見つけて、進行をできるだけ食い止めることが必要です。

そのためには、眼圧検査はもちろん必要ですが、それだけでは不十分で、眼底検査や視野の検査が必要になります。40歳を過ぎたら、年に1回は眼科で検査を受けて、緑内障があるかどうか調べてもらいましょう。

魚座 2/19〜3/20
【全体運】物事を悪い方にとらえてしまう気配。人の言葉を悪意に受け取りやすいので、プラス思考を。鏡を磨くと開運に
【健康運】スポーツの秋を満喫すれば、運気回復へ　【幸運を呼ぶ食べ物】きのこご飯

ルミエールのま 10月1日オープン!

今治市延喜乙1-16
☎0898-23-5580

癒しの空間演出

告別ホール内は星をイメージしたLED照明を採用。出棺時には、天井からの"光の道"が出現。「星」と「光」でやすらぎに満ちた癒しの空間を演出します。

～農機センターからのお知らせ～

お役にたちたい!

こういう時代だからこそ、今お持ちの農機具大事にしませんか?

コンバイン、田植機、トラクター

これから先も調子良く使っていただくため
事前点検を実施しましょう!!

例えば…
エンジンオイル交換目安は、50Hもしくは、2年に1回程度が最適です。
ミッションオイル交換目安は、100Hもしくは、4年に1回程度が最適です。
(そのときに、エレメントの交換は、必ず行いましょう!)
クラッチ、ブレーキ調整は、「走る」「止まる」動作を行う一番大事な所です。しかし、知らず知らずのうちに狂っています。

点検のお申し込みは・・・

JAおちいまばり農機センター　電話番号(0898)32−2790

鈍川せせらぎ交流館

11月の休館日のお知らせ

8日、22日

毎月第2、第4月曜日(休日の場合は翌平日)

当組合からのお知らせ

当組合職員が、皆さまからお預りする貯金や共済に関する「現金・通帳・証書等」重要物を受け取る際には、必ず組合書式の「受取書」「お預り証」または、「領収書」を発行することといたしております。

経営管理委員会・理事会報告

第5回理事会　平成22年8月24日開催

【協議事項】
第1号議案　内部監査の品質評価実施要領について
第2号議案　出資減口について
第3号議案　平成22年度内部統制制度の取り組みについて
第4号議案　地区再編委員会規程の変更について
第5号議案　農業まつりのあり方について
第6号議案　地区検討委員会規程の一部変更について
第7号議案　ブロック検討委員会規程の一部変更について
第8号議案　旅費規程の一部変更について
第9号議案　地区検討委員の交代について
第10号議案　公正価値算定要領変更について
第11号議案　JAおちいまばり千ばつ対策事業について

【報告事項】
1.管理本部報告について
2.生活福祉部報告について
3.営農経済事業本部報告について
4.金融事業本部報告について
5.株式会社報告について
6.その他

第5回経営管理委員会　平成22年8月25日開催

【協議事項】
第1号議案　地区再編委員会規程の変更について
第2号議案　中期経営計画策定に関する特別委員会の委員選出について

【報告事項】
1.各連報告について
2.理事会報告について
3.管理本部報告について
4.生活福祉部報告について
5.営農経済事業本部報告について
6.金融事業本部報告について
7.株式会社報告について
8.その他

【特別委員会報告】

※協議内容につきましては、各支店に議事録を備えておりますのでご覧ください。

資格を取得して、安全運転をしましょう

受講者募集

平成22年度 3t未満ミニユンボ運転資格特別講習のご案内

受講資格／18歳以上
とき／平成22年11月27日(土)(学科) 9:00～17:00
／平成22年11月28日(日)(実技) 9:00～16:00
ところ／トーヨースギウエ㈱今治営業所(今治市桜井4丁目11-3)
受講料／15,000円(テキスト・弁当・税込)
定員／30名(先着順)
申込締切／平成22年10月29日(金)迄
お申込み方法／各営農生活センターの窓口に受講申込書を置いていますので、受講申込書にご記入のうえ、証明写真(4cm×3cm)1枚、本人確認書類として免許証の写し(ICカード化された運転免許証の場合は、本籍が記載された住民票が必要です)、受講料15,000円(現金)を各営農生活センターの窓口へお願いします。
受講時持参品／学科(印鑑・筆記用具)
実技(運転に適した服装、運動靴)

※ミニユンボの運転資格特別講習修了証を取得していない方には、各営農生活センターでの貸出は一切できませんので、無資格者の方は受講をお願いします。
※申込み締切後、受講者の方のみ受講案内を送付する予定です。
※本申込みによる個人情報は3t未満ミニユンボ運転資格特別講習に関することにのみ使用いたします。
※受講申込後のキャンセルにつきましては、受講日の1週間前までに申込みをされた各営農生活センターへお願いします。

米トレーサビリティ法がスタートします!!

1 取引等の記録・保存(平成22年10月1日から)

米、米加工品を
①出荷・販売、②入荷・購入、③事業所間の移動、④廃棄 などした場合は、その記録を作成し、原則3年間保存することが必要となります。

2 産地情報の伝達(平成23年7月1日から)

米・米加工品を、他の事業者へ譲り渡す場合、伝票等又は商品の容器・包装への記載により、産地情報の伝達が必要となります。
また、一般消費者に販売・提供する場合、産地情報の伝達が必要となります。

米トレーサビリティ法に関するご相談、説明会の開催要望など、お問い合わせください。
愛媛農政事務所 食糧部 消費流通課
TEL:089-932-1177

・ぶらっTRAVEL

紅葉の近江路 湖東三山と永源寺

●旅行日／平成22年 12月4日(土)
●旅行代金／大人お一人様(今治管内起点) 9,800円(税込)
●募集人員／40名様(最少催行人員35名様)
●お申込金／2,000円又は全額お支払いください。
●申込締切日／平成22年11月19日(金) ※但し、定員に達し次第、締め切る場合がございます。
●食事／朝0回・昼1回・夕0回
●添乗員／同行いたします。
●バスガイド／乗務いたしません。

日次	行程	食事
1	今治管内(6:00～7:00頃)=しまなみ海道=西明寺(昼食と参拝)=金剛輪寺(天台宗・聖観世音)=百済寺(天台宗・十一面観音)=永源寺(臨済宗・世継観音)=八日市IC=途中自由食=しまなみ海道=今治管内(22:00～23:00頃)	朝× 昼○ 夕×

※紅葉の見頃は年により多少前後いたします。

讃岐うどん食べ歩きと人気の霧の森大福お買物

●旅行日／平成22年 12月11日(土)
●旅行代金／大人お一人様(今治管内起点) 4,980円(税込)
●募集人員／40名様(最少催行人員35名様)
●お申込金／1,000円又は全額お支払いください。
●申込締切日／平成22年11月26日(金) ※但し、定員に達し次第、締め切る場合がございます。
●食事／朝0回・昼0回・夕0回 ※うどん屋での飲食代は含まれません。
●添乗員／同行いたします。
●バスガイド／乗務いたしません。

日次	行程	食事
1	今治管内(7:15～8:15頃)=人気の霧の森大福お買物霧の森工房=香川県讃岐うどん有名2～3店食べ歩き=今治管内(22:00～23:00頃)	朝× 昼× 夕×

※天候・交通機関等の都合により、コース時間帯等が変更となる場合があります

城崎温泉と天橋立を満喫 2日間

出石の町並みや伊根湾遊覧船!

●旅行日／平成22年 12月12日(日)～13日(月)
●旅行代金／大人お一人様(4名様以上1室利用今治管内起点) 23,800円(税込)
※2名様1室の場合お一人様、4,000円高　3名様1室の場合、2,000円高
●募集人員／40名様(最少催行人員35名様)
●お申込金／5,000円(旅行代金に充当します。)
●申込締切日／平成22年11月26日(金) ※但し、定員に達し次第、締め切る場合がございます。
●食事／朝1回・昼2回・夕1回 ※飲み物代は付いておりません。
●利用予定ホテル／深山楽亭又は同等クラス
●添乗員／同行いたします。
●バスガイド／乗務いたしません。

日次	行程	食事
1	今治管内(7:30～8:30頃)=しまなみ海道=和田山IC=和田山(昼食)=出石町史跡めぐり=豊岡かばん団地=城崎温泉[泊](16:30頃)	朝× 昼○ 夕○
2	ホテル=天橋立=日出桟橋～伊根湾めぐり遊覧船～日出桟橋=天橋立(ケーブルカーにて傘松公園へ)=天橋立IC=しまなみ海道=今治管内(18:00～19:00頃)	朝○ 昼○ 夕×

※天候・交通機関等の都合により、コース時間帯等が変更となる場合があります

■お問い合わせ・お申し込みは ※掲載時点で満席になっている場合があります。お早めにお申込みください。
観光庁長官登録旅行業第939号
株式会社農協観光代理業
JAおちいまばり旅行センター
(愛媛県知事登録旅行業第1011号)
愛媛県今治市北宝来町1-1-5
☎0898-34-1853
営業時間：平日AM8:30～PM5:00
総合旅行業務取扱管理者　小芝俊生

■旅行企画
観光長官登録旅行業第939号
株式会社農協観光愛媛支店
愛媛県松山市南堀端町2-3(JAビル1F)
営業時間：平日AM9:30～PM5:30
総合旅行業務取扱管理者　赤松俊男・吉岡吉人

・詳しい旅行条件を説明した書面をお渡しいたしますので事前にご確認の上、お申し込み下さい。

モナ・カサンドラ プロフィール　占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解読・探求。コンピュータによるホロスコープ作成の道を拓いた。現在は執筆活動を始め、さらなる占星の研究を重ねている。　ルネ・ヴァン・ダール研究所 http://www.rene-v.com/

Hidamari Land

ひだまりらんど

Kid's Club こどもくらぶ

今治市町谷
濵本太陽(はまもとたいよう)くん
（平成22年2月2日生まれ）

パパ＆ママより
すくすくと、明るく元気な子に育ってね。

今治市大西町
渡部蓮司(わたべれんじ)くん
（平成21年10月11日生まれ）

パパ＆ママより
大人になったら遊ぼうね。

今治市別名
正岡このみちゃん
（平成21年1月7日生まれ）

正岡颯真(まそうま)くん
（平成19年1月26日生まれ）

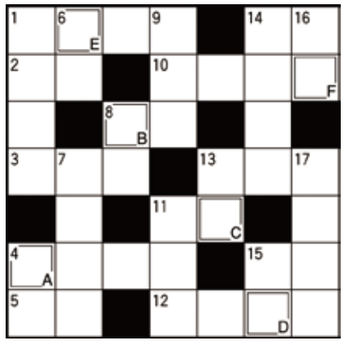
パパ＆ママより
けんかもするけど仲良しなそうくん♡このちゃん
元気いっぱいに育ってね☺

このコーナーでは、『こども倶楽部』の会員さんや『こども共済』加入者のお子さまを紹介しています。掲載を希望される方は下記までご連絡ください。

連絡先 総合企画部企画管理課
TEL.0898-34-1862

パズル？頭の体操 クロスワードパズル

締め切り／10月26日(火)必着
発表／平成22年12月号誌上
出題●ニコリ



★タテのカギ
①鼻緒と長い歯が特徴です
④——知識——体温
⑥口や鼻から吸ったり吐いたり
⑦10月14日は——の日 車両撮影会などのイベントも
⑧南の島から実が流れ着くイメージがある植物
⑨輪がつながってできています
⑪——一品——統一
⑬乳酸——酵母——病原——
⑭とても足の速い神様 足の速い人の例えにも
⑮地味の反対
⑯スポーツ——オープン——パトロール——
⑰——の注意を払って取り扱わねばならない

★ヨコのカギ
①10月第2月曜日は——の日 スポーツに親しみましょう
②秋に黄赤色に染まる果物
③刀を持っての立ち回りを指導します
④芝居小屋の入場料
⑤いくつも積み重なっているもの
⑧カタツムリが出せと歌われる「武器」
⑩シュワッと泡の出る飲み物
⑪——高く馬肥ゆる秋
⑫切れた電線に触ると、——する危険がありますよ
⑬20対21の——で敗れた
⑭10本の足は、本当は腕だそうです
⑮食べ物をつまむ2本の棒

8月号の答え カキゴオリ

応募総数175通
はがき152通・FAX10通・メール13通

8月号クイズ当選者（敬称略）
須川智石垣永藤上見村辻
高部キ孝浩良春和賀美ヨ由
真越益白桧矢佐塩藤西中
子子子二総雄恵子子し紀葵
俊ヨ美ミす
恵子
法

（今治市馬越町）
（今治市矢田）
（今治市山路）
（今治市高部）
（今治市四村）
（今治市朝倉）
（今治市波方町）
（今治市大西町）
（今治市菊間町）
（今治市吉海町）
（今治市伯方町）
（今治市伯方町）
（今治市大三島町）
（上島町岩城）
（上島町弓削）

解き方
二重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか？
正解者の中から抽選で**15名様**にレインボー商品券**（1,000円分）**をプレゼントします。

応募方法はこちら
①クイズの答え、②JAおちいまばりに関することや広報誌に関するご意見・ご要望、③住所・氏名・電話番号をご記入の上、下記の方法で応募してください。

★はがき　〒794-0028 今治市北宝来町1-1-5
JAおちいまばり 企画管理課 クロスワードパズル係
★Eメール　oikikaku@dokidoki.ne.jp
★ＦＡＸ　(0898)34-0200

投稿の際にご記入いただいた個人情報は、本誌編集作業のみ使用し、使用後は速やかに廃棄処分します。

知っとく vol.6

★お米のとぎ汁の有効活用しよう!★

お米のとぎ汁は普段捨ててしまう方もいるかと思われますが、生活のなかで活用できますよ！ぜひお試しください。

1. とぎ汁で床磨き！とぎ汁を含ました雑巾などで床を拭くだけでピカピカになります。
2. とぎ汁で肥料！栄養満点のとぎ汁は肥料に最適です。
3. とぎ汁で脱臭！とぎ汁には意外にも脱臭の効果があります。においのしみついてしまった容器などにとぎ汁を入れておけば、イヤな臭いも取れます。

おたよりコーナー

日本のゴマの自給率が0.05％と聞いてびっくり。あまり生産しないのには何か訳があるのでしょうか。ゴマは存在感のある脇役として、料理の味をひき立てるだけでなく、和のスイーツにも合いますね。私はかんだ時のプチプチとした食感が好きです。

【編】ゴマの自給率が低い原因は収穫から製品までの手間が大変というところにあるのでしょうか。私も子どもの頃、家庭菜園で栽培していたゴマの収穫をよく手伝っていました。本当『不老長寿の秘薬』と言われるほど栄養価が高くて、食卓には欠かせない名脇役ですね！

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

80才になっても自分の歯で食べることが出来ていれば、幸福。そのためにも1日3回食後の歯磨きは欠かしません。また、歯の健康のために指で歯茎のマッサージをしています。他に何か歯の健康法あったら教えてください。

【編】JAおちいまばり歯科診療所、内田院長に聞いてきました！歯の健康法、おススメは『歯間ブラシや糸ようじなどが有効です。また、歯科医院での定期検診も重要です。』とのこと。皆さん、是非お試しください。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

『トルコギキョウ』と『トルコキキョウ』、どちらが正しいのでしょうか。

【編】調べてみたら、人や会社によって呼び方はそれぞれみたいなので、どちらも正解です。JAおちいまばりでは統一して『トルコギキョウ』と呼ばせて頂いています。

☆今月の表紙☆
私たちのお米おいしいよ!

「これ5月に植えたんよ！」と自慢気な子どもたち。みんなの田んぼは学校の目の前です。毎日見ていた稲が立派な穂をつけ、今日は鎌を片手に待ちに待った稲刈りの日。「今年のお米は上朝倉のきれいな水と、太陽の光をたっぷり浴びてよく育った」と子どもたちにお米の育て方を毎年教えている上朝倉地区の渡邉進さんも太鼓判。次は玉ねぎを植えるそうです。玉ねぎが育って収穫するときが楽しみですね。